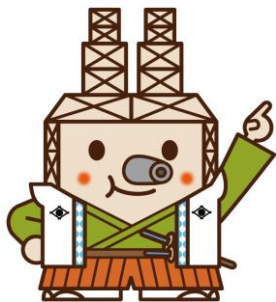


令和3年度 給食だより

伊豆の国市大仁学校給食センター
伊豆の国市長岡学校給食センター
伊豆の国市韮山中学校給食施設
伊豆の国市韮山南小学校給食施設



韮山反射炉PRキャラクター
てつざえもん

6月14～18日まで ふるさと給食週間です！



静岡県では「静岡県食育推進計画」を策定し、給食に地元食材を使った料理や、郷土料理の活用を推進することにしました。「ふるさと給食週間」は、子ども達が地域の自然、食文化、産業などについて、理解を深める事などを目的としています。この週間中は、なるべく静岡県産の食材を使った給食を提供します。

市内統一献立

〈献立名〉

・麦ごはん

・ひじきサラダ

・丹那牛乳

・国清汁

・あじフライ

・冷凍みかん

◎麦ごはん

学校給食で使用しているお米は、伊豆の国市産のあいちのかおりを使用しています。それに食物繊維・ビタミンが豊富な麦を少し入れて炊いています。

◎丹那牛乳



函南の丹那にある丹那牛乳から届きます。丹那盆地には900頭の乳牛が暮らしています。丹那牛乳の特徴は、酪農農家と工場が近く、栄養成分が多く殺菌が少ない搾りたての生乳を使用しているため、おいしい牛乳ができます。

給食の牛乳1本で1日に必要なカルシウムの1/4が摂取できます。(小学3年生を基準)家でも牛乳を積極的に飲みましょう。

◎鱈フライ



国内で水揚げされた「鱈」をパン粉をつけて揚げました。鱈には血液をサラサラにし、癌予防に効果がある「EPA」と、頭の働きをよくする「DHA」、骨や歯の発育に有効なビタミンDが豊富に含まれています。

◎ひじきサラダ



今回のサラダに使うひじきは、4～5月に伊豆半島で収穫され、乾燥させて作られたものです。給食では、乾燥ひじきを水にもどしてからボイルし、御殿場市産のもやしと一緒に手作りドレッシングで和えて作ります。

◎国清汁



韮山にある国清寺で作られた600年の歴史がある味噌汁です。修行僧の精進料理として食べられていました。食べ物を残すことはもったいないという精神で野菜の皮や根も油で炒め、米のとぎ汁も入れ、具だくさんの汁として食べられていたそうです。国清汁の「しいたけ」は伊豆の国市産を使用しています。

◎冷凍みかん



昨年の西浦産の冷凍みかんです。みかんには疲労回復、風邪・虫歯・便秘予防、美肌効果があり、2015年に生鮮食品で初めて「機能性表示食品」として認められました。

★静岡県産の食材をたくさん使ったおいしい給食をみんなでいただきましょう★

《市内統一献立提供日》 6月18日(金)